SONNIGE *Welt*



SONNIGE *Welt*

erscheint 6 wöchentlich für Mitglieder und Freunde der Freikörperkultur-Bewegungen in aller Welt.

SONNIGE WELT respektiert die Anschauungen derjenigen, welche sich nicht zu unseren Idealen bekennen, und beansprucht dagegen dasselbe von den Gegnern.

SONNIGE WELT wird jedoch stets unsachliche oder erniedrigende Auslegungen der hohen Ziele des Freikörperkulturtums genau so bekämpfen, wie es bestrebt ist, inhaltlich sowohl im Bild als auch im Text die Freikörperkultur als das zu behandeln, was sie tatsächlich ist.

SONNIGE WELT steht jedem zur Mitarbeit offen. Ernsthafte textliche Beiträge zur Förderung unserer Bestrebungen sind jederzeit willkommen. Echte FKK-Fotos, aus welchen die freudig ernsthafte und aufrichtige Gemeinschaft bei unseren Veranstaltungen ersichtlich ist, werden gern gegen Honorar veröffentlicht. Seriöse Anzeigen können aufgenommen werden. Interessenten verlangen bitte Anzeigenpreisliste.

SONNIGE WELT wird herausgegeben vom Astra-Verlag, Frankfurt/M., Landgrafenstraße 16, Telefon 72219. Geschäftsstunden für Besucher Mittwoch bis Freitag ab 18 Uhr. Der Einzelpreis beträgt DM 1.50. Im Abonnement gegen Vorauszahlung . . . . . für mindestens 6 Monate DM 1.—. Die veröffentlichten Bilder sind von einem Gremium von mindestens 6 Personen, zusammengesetzt aus Anhängern der Freikörperkultur und Außenstehenden, im Hinblick auf ihre sittliche Reinheit überprüft worden.



Hary Striese

Lebensbejahung in der Freikörperkultur

Es liegt im Sinne des Lebensbejahenden, rein zu denken und zu handeln; dieses ist aber auch die Voraussetzung für die Charakterschulung und Fortentwicklung des Einzelnen in der Arbeit für die Gemeinschaft, die erst mit dem Tode endet.

Lassen wir deshalb keine Möglichkeit aus, die uns die Voraussetzung gibt zur Entfaltung unserer Lebenskraft! Zu diesen Möglichkeiten gehört die Selbstverständlichkeit der Erziehung des Leibes, gehört aber auch die Bejahung des schönen nackten Menschen in der Natur und in der Kunst. Von diesem Ja wird in den folgenden Zeilen gesprochen. Des Lebens tiefster Sinn liegt in der Lebensbejahung. In ihr verbirgt sich der Wille zu neuem Wirken und Schaffen, nach Möglichkeit größer, schöner und vollkommener als bisher. Aus dem Elan der Jugend und in der Reife der Erkenntnis und des Könnens wurden die unsterblichen Werke aller Zeit geboren.

Das Leben erneuert sich sichtbar in jedem Frühling, wenn der Acker bestellt wird, wenn Pflanzen- und Tierwelt Frische und Tatkraft zum Ausdruck bringen. Der Mensch aber findet je nach Veranlagung Erneuerung oder Erholung in der körperlichen Ausgleichsarbeit bei Sport, Gymnastik, Spiel und Wasserfreuden, sei es auch im Wandern und Reisen oder durch Theater oder Musik. Wichtig ist die Erholung in der Gemeinschaft, der jugendliche und ausgelassene Ausdruck der Erholung, die ebenso notwendig ist wie die Pflichterfüllung im Beruf. Es geht um die Pflicht der Lebensbejahung in der Erziehung und im Leben, aber auch in der Kultur. Sie erfordert den gesunden, gepflegten und schönen Körper.

Echte Künstler, von stetem Schaffensgeist besessen, sahen sie je alt aus? Sind das Worte eines achtzigjährigen Mannes, die Goethe formte?

„Nur der verdient sich Freiheit wie das Leben,
Der täglich sie erobern muß,
Und so verbringt, umrungen von Gefahr,
Hier Kindheit, Mann und Greis sein tüchtig Jahr.
Solch ein Gewimmel möcht ich sehn,
Auf freiem Feld mit freiem Volke stehn.
Zum Augenblick dürft ich noch sagen:
Verweile noch, du bist so schön!
Es kann die Spur von meinen Erdentagen
Nicht in Äonen untergehn."

Ein lautes und kräftiges „Ja" an das Leben und den Leib gibt uns auch jene Frau und Mutter, die ich einmal auf unserem Gelände sprach





ERHOLUNG IN SONNE AM WOCHENEND



und die mir Auskunft gab, wie sie eigentlich zu der FKK-Bewegung gekommen sei. Sie sagte:

„In den Sommer- und Ferienwochen habe ich den größten Genuß darin, meinen Körper ganz dem Licht und der Sonne auszusetzen. Aber es ist immer mit Schwierigkeiten verbunden, weil doch irgendjemand Anstoß nehmen kann. Eines Tages kam ich durch Zufall auf ein Gelände der FKK, und der Wunsch zur Teilnahme wurde wach. Aber die Hemmungen schienen unüberwindlich, seit Evas Zeiten jene Hemmungen, die uns seit der Vertreibung aus dem Paradies im Blute liegen. Jedoch an einem schönen Sommertag hatte ich den Mut. Der erste nackte Mann brachte mir zwar Beklemmung, aber nur ganz kurze Minuten — dann war es vorbei. Dieses Glücksgefühl sollte auch meinen Kindern zuteil werden. Auch sie betraten das Gelände voll Befangenheit, aber schon beim Spiel war alles vergessen."

Zum Schluß brachte sie das Bekenntnis zur begeisterten Anerkennung des FKK-Lebens mit den Worten zum Ausdruck: „Allen Frauen und Müttern, die noch in falscher „Scham" und unbegründeter Besorgnis unserem Leben fernstehen, kann man nur sagen, daß sie ihre Kinder um Sonnenkraft und Sonnenseligkeit bringen. Es ist nichts harmloser, nichts sittlicher, reiner und befreiender als der Sprung in die Freikörperkultur. Hunderte haben schon den Schritt getan. Sie sollen die Kinder und Gatten auf das FKK-Gelände bringen. Es ist das beste Geschenk, das man ihnen geben kann.

FKK und Jugenderziehung

von Dr. med. Horst Sachsse

Das Vorbild der Eltern bildet eine der wesentlichsten Stützen der Erziehung unserer Jugend.

Sehen wir doch bereits beim 3-4jährigen Jungen, wie er gern hämmern möchte, wenn er sieht, wie der Vater Nägel einschlägt, oder die Erde aufwühlen, wenn er den Vater ein Gartenbeet umgraben oder hacken sieht. So lernt das Kind im Spiel es dem Vater oder der Mutter gleich tun. Es versucht die Erwachsenen zu kopieren, die ihm ob ihrer Größe und Überlegenheit noch wie „Halbgötter" erscheinen.

Wie leicht und reibungslos geht oft die Erziehung des Kindes von statten, wenn die Eltern ein gutes Vorbild geben.

Das Kind sieht sehr bald ein, daß man nichts Ungewöhnliches von ihm verlangt, wenn es sich bei der Heimkehr wie die Eltern die „Haxen abkratzen" d. h. die Schuhe abstreichen soll. Verlangt man aber gewisse Dinge, die unbequem sind, nur von ihm, während die Erwachsenen „so etwas nicht nötig haben", dann erwacht Widerspruchsgeist! Denn das Kind hat meist einen feinen Sinn für Gerechtigkeit. Die Kinderseele aber ist vor allem unbewußt in ihren Ausdrucksformen und rein

in ihrem Fühlen. Begriffe wie „unanständig" und „schamlos" sind keine Vokabeln für das natürlich aufgewachsene Kind bis etwa einige Jahre vor der Pubertät.
Wenn ein 6jähriges kleines Mädelchen zum Lippenstift greift und sich den Mund rot anmalt, und mit der Puderquaste das Näschen pudert, so werden wir höchstens daraus schließen, daß es die Mutter auch tut. Wenn die 16jährige solche „Kriegsbemalung" anlegt, kann es noch Spiel sein, kann aber auch schon sexuelle Absicht verraten und eine bewußte Handlung sein. Erst in extremen Fällen wären dann Wertbegriffe am Platze.
Weil das Kind aber von Natur aus rein ist, ist bei ihm Freikörperkultur eine Sache, die kein Mensch beanstanden dürfte. Fragen wir ein Kind, das von Jugend auf daran gewöhnt ist, am Badestrand, im Garten usw., wenn es die Witterung erlaubt, so herumzulaufen, wie es Gott geschaffen hat. Es wird es für selbstverständlich halten, zumal, wenn es die Eltern beim gemeinsamen Bad auch nicht anders gesehen hat. Selbst wenn es Unterschiede in der Gestalt seiner Eltern erkennen würde, was bei dem kritischen Blick der Kinder durchaus möglich ist, es würde nie „unanständige" Gedanken dabei haben! Im Gegenteil, das Kind will die Welt mit seinen Sinnen ergreifen und bringt die bewußt denkenden Erwachsenen oft in Verlegenheit, weil es auf die natürlichste Weise über vielleicht nicht ganz gesellschaftsfähige Themen sich erkundigt.
Warum wird der Erwachsene verlegen, wenn das Kind ganz harmlos zwischen Suppe und Hauptgang fragt: „Was nimmt man denn dem Bullen weg, damit er ein Ochse wird?"
Falls die Antwort der Erwachsenen ausweichend ist, wird das Kind erst stutzig, genau so wie es sich wundern mag, daß bei den Eltern Heimlichkeiten beginnen, wenn sie sich in der Badeanstalt ausziehen sollen. Dabei ist das ganze Verhüllungsproblem letzten Endes Gewohnheitssache. Denken wir daran, welchen Aufruhr des am Badestrand gegeben hätte, wenn ein Mädchen mit Badeanzug 1951 in eine Badegesellschaft im Jahre 1910 eingedrungen wäre! Die heutige Bademode kommt der Freikörperkulturbewegung sehr entgegen, aber sie ist nicht unbefangen, sie verhüllt soweit, daß sie nicht mit den dem polizeilichen Gesetz in Konflikt kommt und betont damit gerade die Formen, die der Beachtung entzogen werden sollten. Was soll der Erwachsene antworten, wenn Klein Eva fragt: „Mutti, warum bindest Du ein gelbes Tuch um die Brust und der Vati hat keins?" Oder was soll der 4jährige Fritz erst mit dem Tadel seiner Großmutter anfangen, wenn er von ihr hört: „Aber Fritz schämst du dich nicht, so nackt herumzulaufen?" Warum um alles in der Welt soll man sich denn seines normalen Körpers schämen? Ja, wenn ein Ausschlag auf der Haut wäre, die Glieder ein Gebrechen verrieten, dann würde das Kind sie vielleicht gern vor den Gespielinnen verbergen, um nicht damit gehänselt zu werden. Aber warum soll der kleine Körper nicht frei Luft und Sonne atmen? Soll das Kind den Tadel: Ja schämst du dich denn nicht, ungelöst mit sich herumtragen, bis das Spiel der Hormone in seinem Körper es der Lösung der Frage näher bringt? Wenn dann das Blut begehrt, und eine Stimme im Inneren sagt: „Du darfst nicht, wie es dich treibt", dann überfällt den jungen Menschen oft diese unheimliche Unsicherheit vor dem anderen Geschlecht, dann wirkt in ihm das suggestive Wort: „Warum schämst du dich denn nicht?" Warum muß er sich schämen, wenn der Junge das Mädel in seiner natürlichen Gestalt vor sich sieht? Schämen, weil da Menschen aus einer verhüllten Zeit Hintergedanken haben, die die Betrachtung erst zu einer scham-



Gruß aus dem Freilichtpark Klingberg



losen machen? Der verhüllte Kurgast eingehüllt in züchtige Kleidung mit hohem Stehkragen, der da aus sicherem Versteck mit gutem Feldstecher sein nacktes Wild beobachtet, nicht aus Freude an der künstlerischen Schönheit des Leibes, sondern aus dem Gedanken heraus: nacktsexus, dieser Mensch macht das Problem erst zu einem schamlosen!

Wer es von Jugend auf gewohnt ist, seinen Körper zu verhüllen, dem wollen wir keineswegs raten, geschweige denn veranlassen, sich zu enthüllen. Eine Änderung der Gewohnheiten muß langsam wachsen, der Geist gestaltet den Körper, nicht der Körper den Geist. Der, der sich den Körper sauber wäscht, bekommt dadurch noch kein reines Gemüt! Und es ist der schlechteste Dienst an der Sache der Freikörperkultur fanatisch andere Menschen von seiner Idee zu überzeugen, wenn diese von anderen Voraussetzungen und Gewohnheiten ausgehen. Sonst entsteht eine Verwirrung der Begriffe.

Der eine empfindet es als schamlos den natürlichen Körper in seiner ganzen Schönheit zu sehen, der andere, eine Frau im Abendkleid mit

tiefem Brust- und Rückenausschnitt, mit roten Finger- und Fußnägeln, violetten Lippen und schwarz gestrichenen Augenbrauen! Über Geschmäcker soll man nicht streiten!
Die Jugend sollte man aber nicht mit Tadel und abfälligen Bemerkungen, sondern durch einfaches Vorbild erziehen.
Die letzten Generationen haben versucht, die Moral durch sehr strenge Sittenregeln, auch in der Bekleidungsfrage, hochzuhalten. Ich bezweifle, ob dies heute noch möglich sein würde. Die Entwicklung ist weitergegangen, der Mensch ist in äußerlichen Dingen freier geworden, diese äußere Freiheit setzt eine innerliche stärkere Verantwortung voraus.
Der Mensch soll mehr und mehr Selbstgestalter seines Schicksals werden, nicht mehr die Gesellschaft sorgt dafür, was Recht und Unrecht ist, was moralisch und unmoralisch, das eigene Gewissen muß an die Stelle von Gesetzesvorschriften treten. Freikörperkultur gibt mehr Freiheiten, setzt aber stärkere eigene Verantwortung voraus. In der Zeit unserer Groß- und Urgroßeltern wäre eine Bergkameradschaft zwischen Jungen und Mädchen, gemeinsames Übernachten und Zelten ohne „Anstandsperson" noch undenkbar gewesen.
Gemeinsame Paddelbootfahrten im gemeinsamen Zelt unter Angehörigen der FKK bedeuten für frühere Verhältnisse ungewohnte Freiheiten. Trotzdem glaube ich nicht, daß unsere heutige Jugend unmoralischer, schamloser geworden ist dadurch. Die Zivilisation bringt viel größere Voraussetzung für die Entwicklung von Unmoral mit sich. Die Bindung an die große herrliche Gottesnatur, das Wandern, Skifahren, Paddeln in ihr, läßt den Menschen in der stillen großen Natur empfänglich werden für die Wunder Gottes herrlicher Schöpfung und seinen edelsten Wurf, den Menschen. Aus solcher Seelen- und Geisteshaltung kann nicht Unmoral wachsen. Wohl aber aus den Begleitumständen heutiger Zivilisation mit Verstädterung, Fabrikarbeit, Wohnungselend, Vergnügungssucht, Genußmittelmißbrauch.
Nicht Freiheit des Körpers auf stiller Waldwiese an unbelebtem Seeufer brütet Unmoral aus, sondern Elend der Stadtmenschen in überbelegter Ruinenwohnung, Sehnsucht nach Befreiung der Seele aus der Städte drängender Enge, aus Handwerks- und Gewerbebanden! Was, wenn der junge Mensch sich nicht einen Ausweg aus der Enge zu schaffen vermag? Wenn er das Glück sucht durch Fußballtoto und Spielbank, durch Lösung der Sorgen im Rausch des Alkohols oder im blauen Dunst der Zigarette?
Was wurde noch vor kurzer Zeit nicht alles für eine alliierte Zigarette verkauft? Da schützte nicht einmal die Kleidung vor Unmoral! Aber die Gewohnheit, das Beispiel der anderen machte Schule und vergiftete die Sitten.
Das gute Beispiel und das positive Wort sollen die heranwachsenden neuen Generationen zu glücklicheren Menschen machen.

Wir können vielleicht die äußere Form, den Schnitt des Badeanzuges oder der Kleidung erzwingen, nicht aber die innere Haltung der jungen Menschen. Negative Suggestionen auf den heranwachsenden Menschen „Du sollst nicht ohne Mütze gehen, sonst erkältest du dich!" „Schämst du dich nicht, so barfuß und ohne Hemd herumzulaufen, sicher bekommst du eine Lungenentzündung!" Diese negativen Suggestionen sind äußerst unüberlegt, sie sollen das Kind abschrecken, etwas zu tun, aber sie führen nur dazu, den Autoritätsglauben des Kindes zu erschüttern, oder, wenn das Kind fest daran glaubt, die seelischen Voraussetzungen für eine Erkrankung zu legen. Mögen nicht diese Suggestionen oft nachwirken ins höhere Alter, wenn der Mensch ängstlich jede Erkäl-



tung fürchtet und im Unterbewußtsein die Warnungen der Eltern schlummern?

Wie anders wird aber eine Generation heranwachsen, die gewöhnt ist, in den 4 Elementen Luft, Feuer (Sonne), Wasser, Erde zu leben, ohne ihren Körper immer der Natur zu verschließen. Mögen schon ihre Eltern ihnen Vorbild und Beispiel sein!

Hat doch schon der griechische Philosoph Sokrates gesagt:

„Lange Kleider behindern den Leib,
Überflüssiges Drum und Dran die Seele."

Gefahren der Schönheit

von Dr. med. H. Sachsse

Was tut die Frau nicht alles, um ihrer Schönheit willen. Und sie opfert oft viel von ihrem Geld für Verschönerungsmittel, die eigentlich ihrer Ernährung und Gesundheit zugute kommen sollten. Die Hersteller von Schönheitsmitteln wollen aber auch ihre Präparate auf dem neuesten Stand der Forschung halten. Das Neue aber ist oft noch nicht lange erprobt, und die Fortschritte auf dem Gebiete der Chemie sind in den seltensten Fällen schon mit biologischen Bedürfnissen in Einklang gebracht. Wir wollen hier vor allem immer wieder darauf hinweisen, daß der Laie in Gesundheitsfragen — und die Schönheit gedeiht am dauerhaftesten und zuverlässigsten in einem gesunden Körper — immer das Natürliche naturreine im Auge behalten soll, und sich nicht blindlings Methoden anvertrauen, die rascher, intensiver, wirkungsvoller arbeiten mögen, dessen Pferdefuß aber vielleicht erst hinterher folgt. Wir müssen auch daran denken, wie oft Kosmetica und Mund-, Haar-, Gesichtspflegemittel auf einer gerade herrschenden wissenschaftlichen Theorie aufgebaut waren. So glaubte man ja lange, Infektionskrankheiten am besten durch Abtötung aller Erreger verhüten zu können, und die Folge war z. B. die Herstellung besonders stark desinfizierender Mundwässer. Wenn neueste Forschungen auf die große Bedeutung der Eigenflora der Mundhöhle hinweisen, so wird die Anwendung stark desinfizierender bakterientötender Mittel, die täglich angewandt werden, den Wissenden recht bedenklich stimmen. Man wird dann z. B. wieder viel mehr Zutrauen zu pflanzlichen Heilmitteln haben, denen im allgemeinen keine so drastischen körperfremden Wirkungen zukommen. Es sollen hier jedoch nur einige prinzipielle Andeutungen gegeben werden, die zum Nachdenken anregen sollen. Ein sehr blaß aussehendes Mädchen, oder eine Dame mit sehr unreinem Teint wird sich natürlich Gedanken darüber machen und möchte brennend gern: „corriger la fortune." Soll sie nun zu palliativen Mitteln greifen, d. h. zu Mitteln, die nur der äußeren Fassade einen anderen Ton geben? Um ein drastisches Beispiel aus einem anderen Gebiet heranzuziehen: Sitzt der Schwamm in der Mauer, der Wurm im Gebälk, dann nützt kein noch so schöner Außenanstrich.

Die blasse Gesichtsfarbe sollte lieber ursächlich behandelt werden und natürlichen Mitteln, sagen wir durch frische Luft, individuell angepaßte Wasserbehandlung, Trockenbürsten der Haut, Luftbäder und dgl. der Vorzug gegeben werden. Denn nicht immer sind die Mittel, mit denen ein Mädchen seine Fassade farbig anstreichen kann, auf die Dauer ganz

ungefährlich. Nicht nur, daß die Poren mit der Zeit verstopft werden können, die Durchblutung der oberen Hautschichten eher schlechter wird, — die Haut kann auch gegen gewisse Bestandteile des „Anstrichmittels" überempfindlich werden —, es kommt eben besonders auch auf die Grundstoffe an, die der Laie nicht zu beurteilen vermag, ja ihm nicht einmal bekannt sind —, die Haut kann sich dann entzünden, Ekzeme, Pickel und dgl. können entstehen. Lippenstifte werden manchmal mit Aromen oder Düften versehen, die auf synthetischem Wege hergestellt wurden. So ist schon mehrmals über Unverträglichkeitserscheinungen durch solche Beimengen berichtet worden, und es dürfte absolut der Zweck verfehlt sein, wenn als allergische Reaktion auf ein künstliches Lippenstiftaroma die behandelten Lippen negerartig anschwellen. In jüngster Zeit sind einige Schädigungsmöglichkeiten bei Haarpflegemethoden bekannt geworden.

So kommen z. B. zahlreiche Mitteilungen über Haarschädigungen aus Frankreich, wo organische Haarfarben verwendet werden, deren Vertrieb in Deutschland untersagt ist (G. Grund, Ärztl. Praxis 1950, 42). Jeder solchen Haarfarbe können noch Puffersubstanzen, Stabilisatoren, Parfümierungen etc. zugesetzt sein, die ihrerseits wieder Reizungen hervorrufen können.

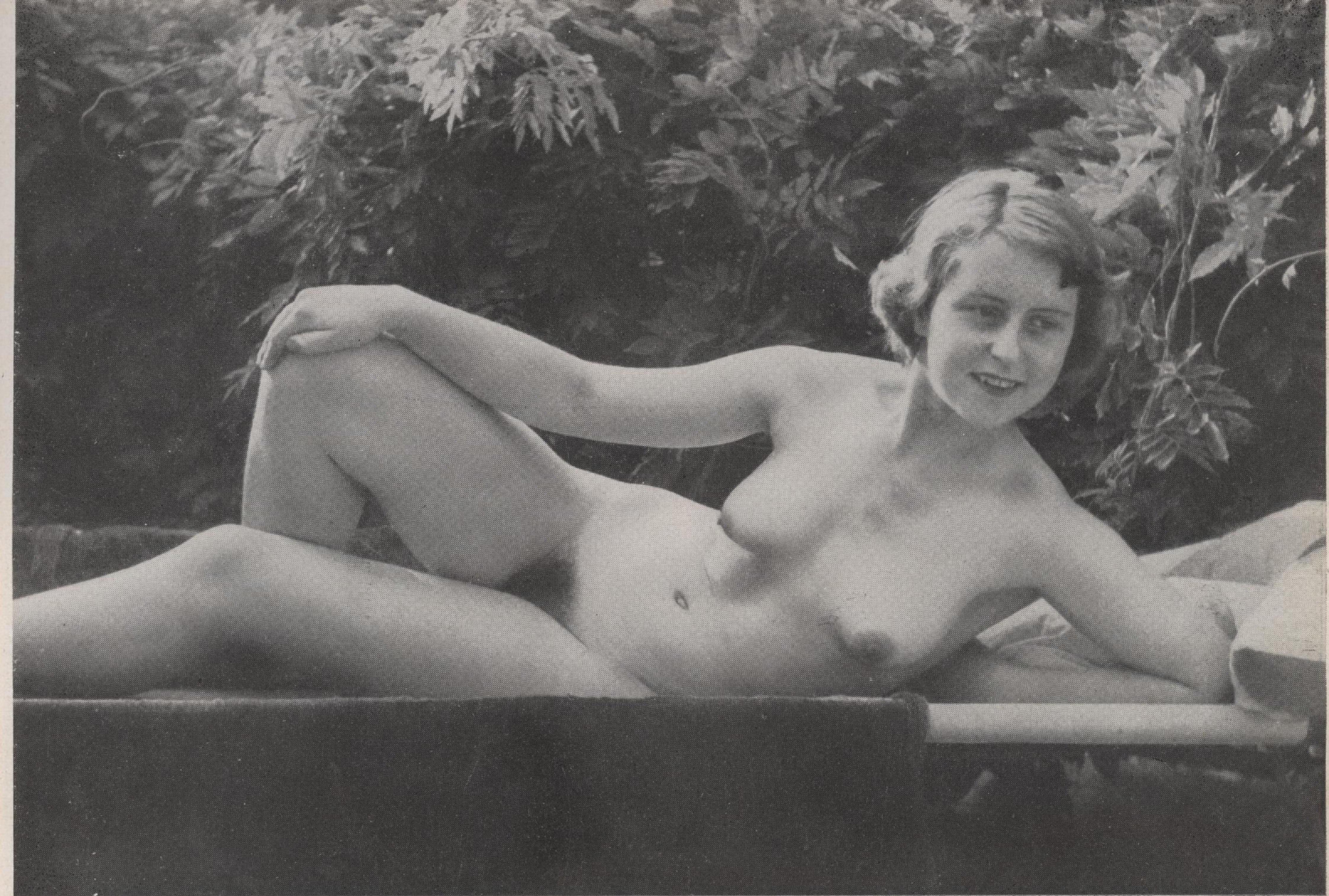
In letzter Zeit sind mehrfach Schädigungen durch „Kaltwelle" bekannt geworden. Oft lag es nur an der Handhabung des Präparates, manchmal am Präparat selbst. In U.S.A. hat man sich schon ziemlich lange mit der Herstellung von Kaltwellen beschäftigt, und so berichtet z. B. Bunce im Jahre 1941 über einen Todesfall nach einem Kaltwellpräparat, der unter dem Bild einer Schwefelwasserstoffvergiftung verlief. Die Herstellung dieses Präparates wurde darauf verboten. Neuere Kaltwellpräparate können, wenn sie mit Spuren von Metallen unvereinigt sind oder sich solche zufällig in den Haaren befinden, zu Verfärbungen der Haare führen. Viele werden sich ja aus der Chemie erinnern, wie Schwefel Silber schwärzt, durch Anwesenheit von Kupfer, Quecksilber, Eisen können ebenfalls Farbreaktionen auftreten, die nicht immer dem kosmetischen Bedürfnis der Damen entsprechen dürften (Violettfärbung durch Eisen! Grauschwarze Färbung durch Quecksilber bei blondem Haar!)

Dr. G. Grund berichtet noch weitere Schädigungsmöglichkeiten durch Verwendung einer 8prozentigen Ammoniumthioglykolatlösung zur Kaltwelle.

So traten Hautentzündungen im Bereiche des Gesichtes, des Nackens und der Ohren auf. Friseure bekamen Ekzeme an den Fingern.

Besonders gefährdet sind Patienten mit bekannter Alkali- und Seifenempfindlichkeit. So sollten Patienten, die an Ekzemen oder Psoriasis leiden, sich keine Kaltwelle machen lassen, denn ihre Hauterscheinungen können sich durch den chemischen Reiz des Mittels stark verschlimmern. Aber auch die Haare können ganz allgemein gefährdet sein. So ist über Austrocknung, Brüchigwerden und Abbrechen der Haare, teils ohne Schädigung der Haarwurzel selbst, aber auch über Wachstumsstillstand und Ausfallen der Haare berichtet worden. Allerdings können technische Fehler diese Schädigungen hervorgerufen haben. Immerhin wird schon die Möglichkeit solcher Vorkommnisse zu größter Vorsicht mahnen und es muß zumindestens das chemische Agens möglichst von allen nicht behandelten Nachbargebieten des Kopfes, wie Stirn und Nacken, durch Abdecken mit Tüchern ferngehalten werden. Bei Friseuren kommt noch als Gefahr das tägliche Umgehen mit dem chemischen Präparat in Frage. So wurden auf Grund einer Schädigung durch







Alkali Löffelnägel (spoon nails) beobachtet. Ferner wird die Nagelsubstanz durch zu häufige Berührung mit dem Mittel erweicht, was nach Sidi durch Tragen von Gummihandschuhen und Einfetten der Hände vermieden werden kann. Die bisherigen Vorkommnisse mit Kaltwellen haben allerdings in Deutschland bereits zu vorläufigen Richtlinien geführt, die auf der Herbsttagung 1949 des Ausschusses der Lebensmittelchemie angenommen wurden. Doch sollten solche Ereignisse zur Warnung dienen, nicht alle neuen chemischen Errungenschaften gleich am eigenen Körper auszuprobieren. Neben den rasch eintretenden Schädigungen drohen bei allen unbiologischen Mitteln noch Spätschädigungen und Reaktionen durch allmähliches Empfindlicherwerden des Organismus gegen den neuen Stoff. Wir wollen uns aber die Schönheit nicht zu teuer erkaufen. Echte Schönheit kommt von innen und sollte zugleich ein Spiegel der Seele sein.

Professor Ulrich R. Bach:

Schattensucht und Lichthunger

In mehr als einer Hinsicht kann man die Zeit von 1900 bis 1920 als eine Wendezeit bezeichnen. Insbesondere hat sich die Einstellung der Menschen zur Natur und zum menschlichen Körper in jenen beiden Jahrzehnten gründlich gewandelt.

Ich gehe durch jene älteren Villenviertel unserer Städte, wie sie etwa in der Zeit von 1870 bis 1900 gebaut wurden. Es ist eigenartig, aber unverkennbar: Damals hat man für die Wohnungen die Nordlage bevorzugt. Die damals entstandenen Häuser sehen so aus, als ob man sie bewußt in den Schatten gebaut hätte. Die Wohnungen selbst waren, wenn nicht dunkel, so doch ausgesprochen schattig. Die Fenster mit schweren Vorhängen versehen. Es ist heute unvorstellbar, aber leicht nachzuprüfen: Auch die damalige Kleidung war eine klare Absage an die Sonne. Ich nehme irgendeine Zeitschrift jener Jahre zur Hand, etwa „Land und Meer“ oder „Die Gartenlaube“ oder wie sie heißen. Die Bilder zeigen Menschen mit närrisch anmutenden Kleidern und Anzügen, die, wie es scheint, nur die Aufgabe hatten, Sonne, Licht und Luft möglichst abzuwehren. Zu allem Überfluß noch Kremphüte, Handschuhe und — Sonnenschirme! Es war die Zeit, da Ausflüge fast nur in den schattigen Wald unternommen wurden. Parks und Gärten ließen stets eine Vorliebe für hohe Bäume und dichtes Gebüsch erkennen.

Diese Vorliebe für den Schatten war keine vorübergehende Erscheinung. Lange schon standen auf dem Lande die Häuser unter alten dichtbelaubten Baumgruppen. Die Städte des Mittelalters und der Neuzeit bis ins vorige Jahrhundert waren eng gebaut, das „liebe Himmelslicht“ drang nur spärlich und trüb durch kleine Fenster mit bemalten oder verhängten Scheiben. Ganz schlimm aber war es in Stadt- und Land um die Schlafräume bestellt, in denen der Mensch doch immerhin ein Drittel seines Lebens zubringen muß. Zwar wurden sie nicht geheizt, aber sie wurden auch kaum gelüftet. Weil sie nie durchwärmt wurden, fehlte jedes Luft- und Temperaturgefühl und damit ein wesentlicher Durchlüftungsfaktor. In lichtlosen und lüftungslosen Alkoven und Nischen standen in früherer Zeit — bis vor hundert Jahren — hoch-





getürmte Federbetten, die meist noch durch Vorhänge von der Welt abgesperrt waren. Selbstverständlich trug man beim Schlafen eine Mütze, die tief über die Ohren gezogen wurde. Der Bettluftkörper, d. h. die Luft zwischen dem Bett und der Haut, war ebenso wie der Kleidluftkörper, d. h. die Luft zwischen der Haut und den einhüllenden Gewändern, eine Dunstmasse verdorbener, stickiger, überwärmter und feuchter Luft. Jedes Schlafzimmer roch nach Moder und kalter Ausdünstung.

Es ist auffallend, daß den ländlichen Gasthäusern selbst das bescheidenste Gärtchen für die Gäste fehlte.

Es ist Tatsache, daß die Menschen bis zur letzten Jahrhundertwende geradezu von einer Schattensucht besessen waren. Dazu paßte natürlich auch der Turn- und Badestil. Ein Stahlstich um 1860 stellt die Anfänge des Frauenturnens dar. Da turnen Frauen in einem engen Saal am Barren sowie an der Leiter und üben Hochsprung. Aber wie sehen die Ärmsten aus? Verpackt bis zum Halse! Die Röcke sind gewagt kurz: etwa eine Handbreit unter dem Knie — aber reichlich wettgemacht durch lange Hosen. Und die Ärmel sind selbstverständlich lang. Gebadet wurde — bis auf die mondänen Familienbäder — nach Geschlechtern getrennt. Selbstverständlich in langen Badeanzügen. In der Flußbadeanstalt zu Hannover-Wulfel warteten wir Männer noch 1922 geduldig in mehreren hundert Meter Entfernung an einem Schlagbaum, bis die letzte Frau vollständig angezogen das Bad verlassen hatte. Es wundert uns nicht, wenn wir erfahren, daß der Schuljugend das Baden in Flüssen und Teichen bis zum Ende des vorigen Jahrhunderts vielerorts überhaupt verboten war.

*

Der Wandel der Dinge ist jedenfalls erstaunlich. Seit 1900 geht die Schattensucht beständig zurück, und ein ausgesprochener Lichthunger und Lufthunger hat alle Volksschichten erfaßt. Alles hat sich hier gründlich geändert: Die Bauweise in Sonnenlage, luftige, helle Wohnungen sind das Ideal. Parks und Gärten sind durchlichtet. In den Gärten werden dichte Baumpflanzungen vermieden. Die Ruhebänke werden an hellen Plätzen aufgestellt. Die Kleidung ist sportlich, luftig. Die Betten stehen, soweit es nur möglich ist, in luftigen Räumen. Der Lebenskünstler weiß längst, daß ein „niemals durchwärmtes Schlafzimmer" durchaus kein Ideal ist, da es in einem kalten Raum nur ein geringes Luftgefälle gibt.

Die Geschichte des Freibades sollte einmal geschrieben werden. — Goethe machte, zusammen mit den beiden Brüdern Stolberg, mit dem Freibaden den Anfang, als er im Jahre 1774 bei strahlendem Sonnenschein splitternackt im offenen Rhein badete. Warum hat noch kein Maler oder Bildhauer diese für damalige Verhältnisse mutige Tat dargestellt? Im Jahre 1908 faßten die Berliner den Mut, gegen alle preußischen Polizeivorschriften am Wannsee ein jedermann zugängliches Familien- oder Freibad zu eröffnen. Aber erst 1926 wurde das Volksbad — sehr zum Ärger vieler gutbürgerlicher Kreise — eine Selbstverständlichkeit, an der niemand mehr Anstoß nahm. Die Bilder einer Reihe hervorragender Maler — Liebermann, Fidus, Magnus Weidemann, Otto Schmidt-Casella wenigstens sollen genannt werden — haben den Reiz und die Anmut dieses fröhlichen Badelebens verlockend geschildert. Sie haben auch dazu beigetragen, daß an den Badeständen die Schranken zwischen den Klassen und Ständen fielen. Wie hätten sich auch die Maler, Zeichner, Kunstfotografen die „lichtumflutete, sonnenüber-

glänzte, wellenatmende Ungebundenheit dieses vor den Toren der Großstadt improvisierten Strand- und Badelebens" (E. Warburg) entgehen lassen können! Mochten die Ewig-Gestrigen Zetermordio schreien und den Rückschritt auf der ganzen Linie fordern, nämlich: Vollständige Trennung der Geschlechter und Altersstufen, getrennte Aus- und Ankleideräume, geschlossene Badeanzüge, beständige strenge Aufsicht — mochten sie sich künstlich aufregen über das angeblich „faule Herumliegen" und das „schamlose Fixiertwerden von seiten der Badebesucher" — die fröhliche Jugend lachte darüber und nahm die Rückschrittler gar nicht ernst.

Luft- und Lichthunger hatten die Schattensucht endgültig besiegt. Dieser Luft- und Lichthunger ergriff namentlich auch diejenigen, die infolge ungünstiger Wohnungsverhältnisse in schattigen Behausungen vegetieren mußten. Gerade sie konnten von Licht und Luft „gar nicht genug kriegen". Sie bevorzugten Bäder und Spiele, die eine vollständige Durchlüftung und Belichtung des nackten Körpers ermöglichten. Sie begrüßten mit Freuden die Einführung der Sauna mit anschließendem Saunagelände seit 1940/41. Der unstillbare Luft- und Lichthunger gab der Verbreitung des Gedankens der Freikörperkultur seit dem Zusammenbruch 1945 einen mächtigen Auftrieb. Hier und da verfielen einzelne sogar einem Strahlentaumel, der sich in einer übertriebenen Hingabe an die unmittelbare Sonnenbestrahlung äußert. Solche Übertreibungen schaden natürlich gesundheitlich — ähnlich wie auf dem Gebiete der Ernährung eine wahllose Vielesserei. Nicht die unmittelbare Sonnenbestrahlung, sondern das zerstreute Tageslicht und die Luftbewegung machen die Wunderkraft von Licht und Luft aus. Und auch da heißt es, „Reizpausen" einschalten, also nach längerem „hüllenlosem" Aufenthalt in Luft und Licht — auch wieder für einige Zeit zweckmäßige Kleidung tragen.

Die Freikörperkultur-Bewegung ist ein ungeheurer Fortschritt, dessen günstige Auswirkung in gesundheitlicher, seelischer, erzieherischer und sittlicher Hinsicht noch nicht annähernd abzusehen ist. Sie ist die letzte Niederzwingung der Schattensucht und eine wirkliche Stillung des menschlichen Hungers nach Entspannung, Luft und Licht.





Abschrift

Polizeiverordnung zur Regelung des Badewesens vom 10. Juli 1942 (RGBl. I S. 461).

Auf Grund der Verordnung über die Polizeiverordnungen der Reichsminister vom 14. November 1938 (RGBl. I S. 1582) wird folgendes verordnet:

§ 1

(1) Das öffentliche Baden (Wasser-, Luft- und Sonnenbaden) ist, soweit nicht die §§ 2 und 3 Ausnahmen zulassen, **nur in Badekleidung** gestattet.

(2) Das Baden gilt öffentlich, wenn die Badenden Badeanstalten oder Badegelände aufsuchen, **zu denen jedermann Zutritt erhält**, oder wenn an Wegen oder auf Geländen, **die jedermann zugänglich sind oder eingesehen werden können**, frei gebadet wird.

§ 2

Die Vorschrift des § 1 gilt nicht für Kinder bis zum Alter von 6 Jahren.

§ 3

Einzelne Personen oder Personengruppen gleichen oder verschiedenen Geschlechts dürfen auch öffentlich nackt baden, wenn sie unter den gegebenen Umständen annehmen können, **daß sie von unbeteiligten Personen nicht gesehen werden**, insbesondere auf einem Gelände, das hierzu freigegeben worden ist.

§ 4

(1) Die Badenden haben jedes Verhalten zu unterlassen, das geeignet ist, das gesunde und natürliche Volksempfinden zu verletzen.

(2) Eine Verletzung des gesunden und natürlichen Volksempfindens liegt nicht vor, wenn die Beschwerden eine offensichtlich lebensfremde oder grundsätzlich gegnerische Einstellung erkennen lassen.

§ 5

Wer vorsätzlich oder fahrlässig dieser Polizeiverordnung zuwiderhandelt, wird mit Geldstrafe bis zu 150 Reichsmark oder mit Haft bis zu 2 Wochen bestraft.

§ 6

Die Preußische Badepolizeiverordnung vom 18. August 1932 (Pr. GS. S. 280) i.d.F.' vom 28. Sept. 1932 (Pr.GS. S. 324) und vom 3. März 33 (Pr.GS. S. 38) sowie die entsprechenden Vorschriften der übrigen Länder werden aufgehoben. Weitere badepolizeiliche Vorschriften treten insoweit außer Kraft, als sie zu dieser Polizeiverordnung im Widerspruch stehen.

Berlin, den 10. Juli 1942

Der Reichsminister des Innern.

B A D E Z E I T !

Zur Sommerzeit am Badestrand
kann man sein Wunder glatt erleben,
beim Stolpern durch den heißen Sand,
beim Spähen nach dem Menschensegen!

Da liegen Sie und braten braun,
soweit der Badeanzug reicht,
in ein Gewimmel kann man schaun,
sieht aus wie'n Heringsschwarm, der laicht.

Und fühl'n sich wohl in dieser Enge,
wo einer neben dem andern liegt,
wo Luft mit Schweiß und Sittenstrenge
weit mehr als hundert Zentner wiegt.

Das schönste ist die Modenschau,
die man so sieht am Badestrand,
die Farben, rot, gelb, grün und blau,
sind bunte Tupfen auf dem Sand.

Und erst die Badeanzugsart!
Beim Zeus: Hier ist es richtig!
Und wer nicht hat die neu'ste Art,
gilt hier als Null und nichtig!

Auch Puder, Hautkrem, Öl und Schminke
verbreiten weithin ihren Duft,
mein Hilferuf: Helft! Ich versinke!
hallt matt durch diese dicke Luft.

Hier hat sich eine hingelegt,
der Badeanzug ist noch naß,
wie „herrlich" er am Körper klebt,
wie ein Kostüm — so ganz nach Maaß.

Und Umzieh'n? Ja du liebe Zeit,
das geht hier nicht so schnell,
wo viele Augen voller Schneid
im Spähen aktuell.

„Seh"-Löwen liegen auf der Lauer
und peilen nach versteckten Teilen,
sie werden dümmer nur statt schlauer,
auch wenn sie sich noch so beeilen.

Zwei Mädchen kommen an und lachen,
und suchen unter Decken Schutz,
darunter man streift ab die Sachen
mitsamt dem üblichen Verputz.

Es hebt ein großes Buckeln an,
ein Krümmen und Verrenken:
Was die so alles ausgetan,
gibt manchem viel zu denken.

Da ist das Umzieh'n schon vollbracht,
in Schweiß muß man gebadet sein,
eh' man darüber nachgedacht,
wo anders könnt es schöner sein.

Weit draußen, wo der Wald so nah,
und nicht so arg viel Menschen sind,
gibt's auch noch Stellen, hie und da,
wo man die and're Freude find't.

Wie die Natur uns hat erschaffen,
wird dort gebadet — splitternackt,
auch gibt es keine, die da gaffen,
denn überall wird mitgemacht.

Es reden Spießer und Genossen:
Ein nackter Mensch! — pfui, wie gemein
und starren trotzdem unverdrossen
auf nackte Körper, braun und fein.

Ein Spießer aber, das ist klar,
wirkt nackt so wie ein Teufelsbraten,
an ihm ist nicht ein gutes Haar,
ist alles schief geraten.

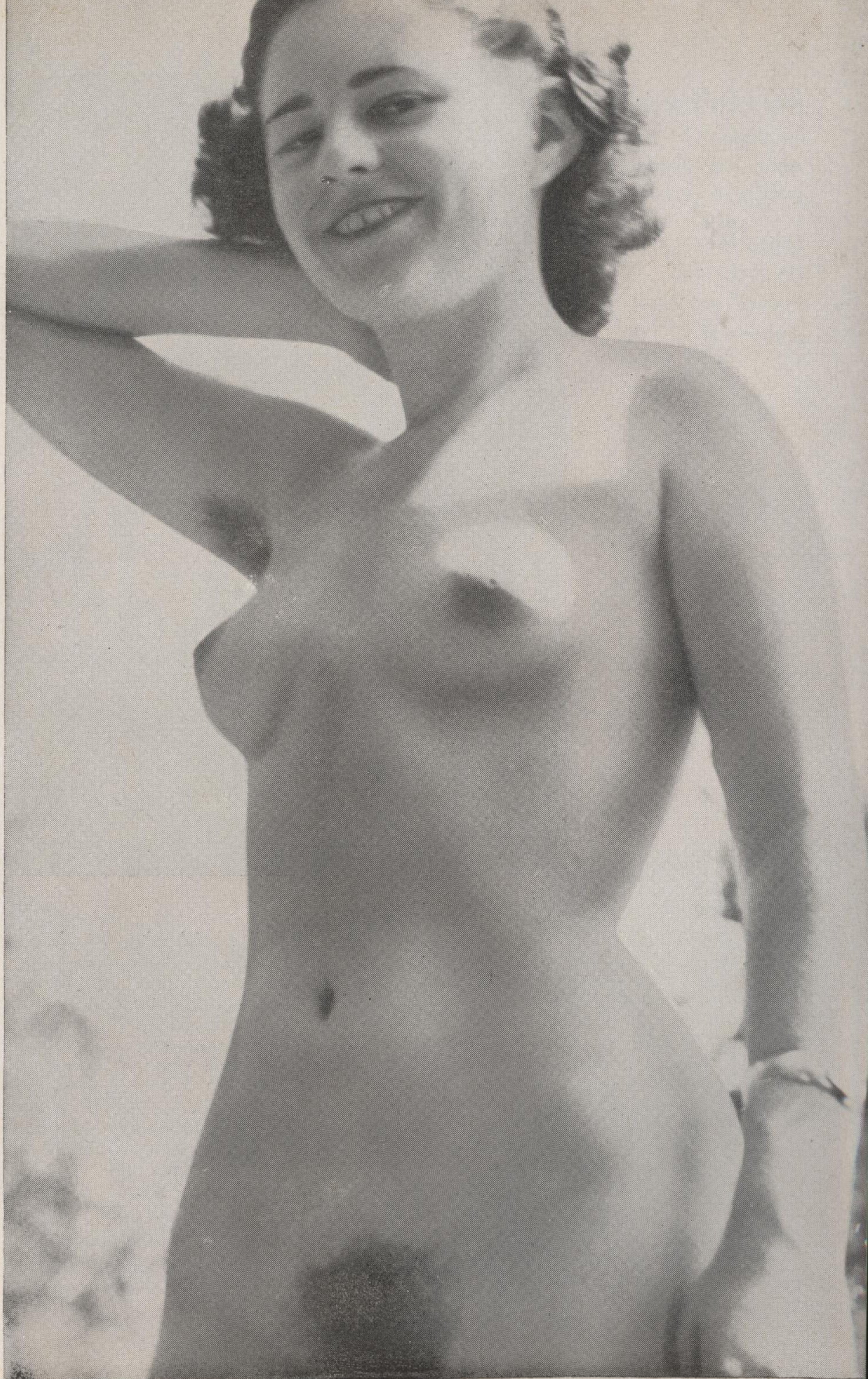
Nun wähle selbst! Und zieh' Vergleiche!
Hier E n g e ! und dort freie B a h n ;
im Wald, so wie im Neptunsreiche
heilt sich von selbst der größte Wahn.

B. Voigt.






FKK
Museum
© Michael Otto



Hinter den Hügeln
am steinigen Hang
spielen und wiegeln
die Kinder entlang

Lustige Wonne
ein bunter Ball
Himmel und Sonne
sind überall

ASSEN



Liebe Lichtfreunde!

SONNIGE WELT wäre Euch dankbar, wenn Ihr mithelfen würdet, sie zu einer wertvollen und echten Freikörperkultur-Zeitschrift zu gestalten. Durch Einsendung von Beiträgen und Bildern aus dem Leben unserer Bewegung leistet Ihr ihren Idealen wertvolle Dienste. Die Entwicklung der Kriegs- und Nachkriegsjahre hat uns weit zurückgeworfen und viele unter Euch werden sich noch an die Zeit vor 1933 erinnern, in der die F.K.K. so manches bot, was wir heute noch missen! Unsere Bünde sind bestrebt, wieder dorthin zu gelangen. Darum wendet sich SONNIGE WELT an alle die vielen Tausende von Anhängern, welche noch nicht zu einem Bund gefunden haben, mit der Bitte um Mitgliedschaft nachzusuchen. Ihr erweist Euch selbst und der Idee damit den besten Dienst. Verlag und Redaktion werden Euch allen stets gern mit Rat zur Seite stehen. Legt Anfragen bitte Rückporto bei. Fotos und Aufsätze werden bei Veröffentlichung zu den üblichen Sätzen honoriert.

Eure SONNIGE WELT

P.S. Übt nur fleißig Kritik an mir, damit ich dazulernen kann. S.W.



Da die in dieser Ausgabe der SONNIGEN WELT zur Verfügung stehenden Textseiten möglichst weitgehend für wertvolle Aufsätze über FKK-Probleme ausgenutzt wurden, muß die Redaktion darauf verzichten, die Anschriften der Bünde in Westdeutschland zu veröffentlichen, denn das würde selbst bei Verwendung kleinster Satztypen zwei Seiten beanspruchen.

SONNIGE WELT als Werber für Freikörperkultur schickt aber jedem Interessenten auf Anfrage eine Liste mit sämtlichen Adressen kostenlos gegen Rückporto zu.

Die in diesem Heft veröffentlichten Fotos stammen von: Titel, Seiten 4, 6, 10, 15, 23, 28 — Ehrhardt, Seite 2 — Sexauer, Seite 5 — Wagner, Seite 12 — Nick, Seite 20 — Grohe, Seiten 24, 27 — Striese, Seite 30 — Ditmar, Seite 31 — Jakob, Seite 29 — Schwieber, Seiten 9, 16, 17, 19 — Archiv.
Für Zusammenstellung und Veröffentlichungen sind die Verlagsinhaber gemeinsam verantwortlich.

MERKUR Druck- u. Verlagsanstalt, Wiesbaden, Dotzheimer Str. 61